



 **Norway**

 **SUOMI
FINLAND**



**Renewable Energy for
Resilient Agri-Food Systems**

कृषि खाद्य प्रणालीको लागि नवीकरणीय ऊर्जा

RERAS

वातावरणमैत्री स्थानीय शासन

वातावरणमैत्री स्थानीय शासन तालिम कार्यक्रम शुभारम्भ



सत्रका मुख्य विषयवस्तु

- प्रशिक्षणको शुभारम्भ
- प्रशिक्षणको उद्देश्य
- परिचय
- अपेक्षा सङ्कलन
- प्रशिक्षणका विषयवस्तु, आधारभूत नियम, जिम्मेवारी आदि
- प्रशिक्षण पूर्व जानकारी

Energy Management

The construction industry has long been a user of energy, but we also use energy in our homes, schools, for lighting, cooking, shopping and car garages. The use of fossil fuels such as petrol and diesel causes air pollution and the contribution to climate change. Furthermore, as fossil fuels are finite resources, they are becoming harder to obtain and are becoming more expensive. Today we have many options to reduce our energy consumption and also to decrease our use of energy such as solar and biogas.

Solar power is being widely used for water heating and lighting. Passive solar technology can also be used in buildings to reduce the need for heating or cooling. Green building technologies such as cool cement blocks and the use of air gap bonds can also help in making buildings energy efficient, which lowers the cost of the building as well.

Air-conditioning systems, non-motorized transport such as walking or cycling are the best way to reduce pollution as well as power house generation. Other options include the use of clean vehicles and public transportation.

All of these options are available for each one of us. The solution to the pollution crisis lies with us. We just need to be able to see it and make the right choice.

Eco Home

Dr. Roshan Raj Shrestha built his house on a small 135 m² plot of land in the neighbourhood of Dala in Kathmandu. But within this small space he has managed to install systems for rain water harvesting, grey water recycling, drinking water treatment, waste composting, roof-top gardening, solar energy and a urine diverting dry EcoSan toilet. The house is in the middle of the city but it is neither connected to the city's water supply system nor the sewer system.

For more information on Eco-friendly living, please contact UN-HABITAT or its partners:

- Central Institute of Urban Development (CIUD), Tel: +977 1 552226, Email: ciud@ciud.com.np, Web: www.ciud.org.np
- Environment and Public Health Organisation (EPHO), Tel: 977 1 4448841, Email: epho@nepal.com.np, Web: www.ephonp.org
- Energy, Tel: 977 1 5519940, Email: info@energy.gov.np, Web: www.energy.gov.np
- Insoch Nepal, Tel: +977 1 5511112, Email: info@insoch.com
- Architectural Students' Association (ASA), Institute of Engineering, Pulchowk Campus, Email: asa@iue.edu.np and any other institutions promoting eco-friendly living

CITIES AND CLIMATE CHANGE

Eco-friendly Living for a Sustainable Planet

Our life styles and consumption patterns determine our ecological footprint. With rapidly degrading environment, particularly in cities, caused by over extraction of natural resources and excessive pollution, and threats caused by changing climate, there is an urgent need to rethink the way we live our lives. It is important to realize that little things we do can make a big difference for us as well as our planet.

While we all know that cities like Kathmandu are suffering from problems such as lack of clean drinking water, heavily polluted rivers, unmanaged waste, deteriorating air quality and poor energy supply, most of us either blame everyone else except ourselves for getting us in this situation, or simply shrug our shoulders and say "Air Game." What we do not realize is that when pointing a finger at someone, three fingers are actually pointing back at us. Many of us also talk about solutions such as 3Rs (Reduce, Reuse and Recycle) of waste recycling and rainwater harvesting, but when it comes to practicing what

शुभारम्भ, परिचय, उद्देश्य, अपेक्षा सङ्कलन, समूह मान्यता, प्रशिक्षण पूर्व जानकारी

साधारण उद्देश्य: यस सत्रको अन्तमा सहभागीहरू प्रशिक्षणको उद्देश्यबारे प्रष्ट हुनेछन् ।

निर्दिष्ट उद्देश्य: सत्रको अन्तमा सहभागीहरू

- एक आपसमा परिचित हुनेछन् ।
- प्रशिक्षण अवधिमा छलफल गरिने मुख्य विषयवस्तुको वारेमा जानकारी पाउनेछन् ।
- विषयवस्तु वारेमा पूर्व जानकारीको अवस्था उपलब्ध हुनेछ ।

सत्रका मुख्य विषयवस्तु:

- प्रशिक्षणको शुभारम्भ
- प्रशिक्षणको उद्देश्य
- परिचय
- अपेक्षा सङ्कलन
- प्रशिक्षणका विषयवस्तु, आधारभूत नियम, जिम्मेवारी आदि
- प्रशिक्षण पूर्व जानकारी

| प्रशिक्षण – सिकाई क्रियाकलाप | अवधि मिनेट | प्रशिक्षण – सिकाई सामग्री | कैफियत |
|---|---------------|------------------------------|--|
| <p>क्रियाकलाप १ शुभारम्भ</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ सहभागीहरू र अतिथिहरूको उपस्थितिसंगै राष्ट्रियगानका लागि अनुरोध गर्ने । ■ स्वागत सहित कार्यक्रमको उद्देश्यबारे प्रकाश पार्ने ■ प्रमुख अतिथिबाट डिजिटल ब्यानर पढी कार्यक्रमको औपचारिक शुभारम्भ गर्ने । ■ अतिथिहरू समक्ष कार्यक्रमको सफलताको शुभकामना मन्तव्यका लागि अनुरोध गर्ने । ■ कार्यक्रमको अध्यक्ष समक्ष शुभारम्भ मन्तव्यसहित सत्र विसर्जनका लागि अनुरोध गर्ने। | २५ मिनेट | मेटाकार्ड, ब्यानर, | अतिथिहरू र अतिथिहरूको मन्तव्य व्यवस्थापन आवश्यकता अनुसार गर्ने । |
| <p>क्रियाकलाप २ परिचय</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ सबै सहभागी, सहजकर्ता (प्रशिक्षक) र अन्य उपस्थित व्यक्तिहरूलाई आफ्नो नाम, ठेगाना, पद, संक्षिप्त कार्य अनुभवसहित आफ्नो परिचय दिन लगाउने । | १५ मिनेट | | |

| प्रशिक्षण – सिकाई क्रियाकलाप | अवधि मिनेट | प्रशिक्षण – सिकाई सामग्री | कैफियत |
|--|---------------|---|--|
| <p>क्रियाकलाप ३ अपेक्षा सङ्कलन</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ सहभागीहरूलाई प्रशिक्षणबाट गरिएको अपेक्षालाई मेटाकार्डमा लेख्न लगाउने । ■ मेटाकार्डहरूलाई एक एक गरी पढ्दै ब्राउन पेपर वा बोर्डमा टाँस्ने । ■ आएका अपेक्षालाई एकै किसिमका आशय भएका कार्डलाई एकै ठाँउमा राख्ने । ■ प्रशिक्षणको विषयवस्तु र सहभागीको अपेक्षा मिलान गर्ने । ■ सहभागीहरूबाट आएका अपेक्षाहरू के कति हदसम्म यस प्रशिक्षणले सम्बोधन गर्न सक्छ भन्ने प्रष्ट पार्ने । | १५ मिनेट | मेटाकार्ड, मार्कर, पुस पिन, ग्लु स्टीक, मास्किङ टेप, ब्राउन पेपर | यदि सहभागीबाट विषयवस्तु भन्दा भिन्न अपेक्षाकार्ड आएमा त्यस्तो कार्डलाई अलगै राख्नुहोस् । |
| <p>क्रियाकलाप ४ विषयवस्तुको जानकारी</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ सहभागीहरूले ल्याएका अपेक्षाहरूलाई मिलान गर्दै प्रशिक्षणमा छलफल गरिने विषयवस्तुहरू जानकारी गराउने | ५ मिनेट | ब्राउन पेपर, मार्कर, न्यूजप्रिन्ट पेपर | |
| | १० मिनेट | प्रशिक्षण पूर्व परीक्षण फाराम | |

प्रशिक्षण – सिकाई क्रियाकलाप

अवधि
मिनेट

प्रशिक्षण – सिकाई
सामग्री

कैफियत

क्रियाकलाप ५ समूह मान्यता, जिम्मेवारी

- प्रशिक्षण प्रभावकारीताको लागि हरेक दिनको प्रशिक्षण अवधिमा समूह मान्यतालाई सहभागीहरूसँग छलफल गरी न्यूज प्रिन्टमा लेख्न र पालना गर्न लगाउने ।
- आवश्यकता परेमा विभिन्न जिम्मेवारी बाँडफाँड (रिपोर्टिङ, समय व्यवस्थापक, मनोरञ्जनकर्ता आदि) गराउने ।

५ मिनेट

ब्राउन पेपर, मार्कर, न्यूजप्रिन्ट पेपर, पावरप्वाइन्ट स्लाइड

क्रियाकलाप ६ प्रशिक्षण पूर्व जानकारी

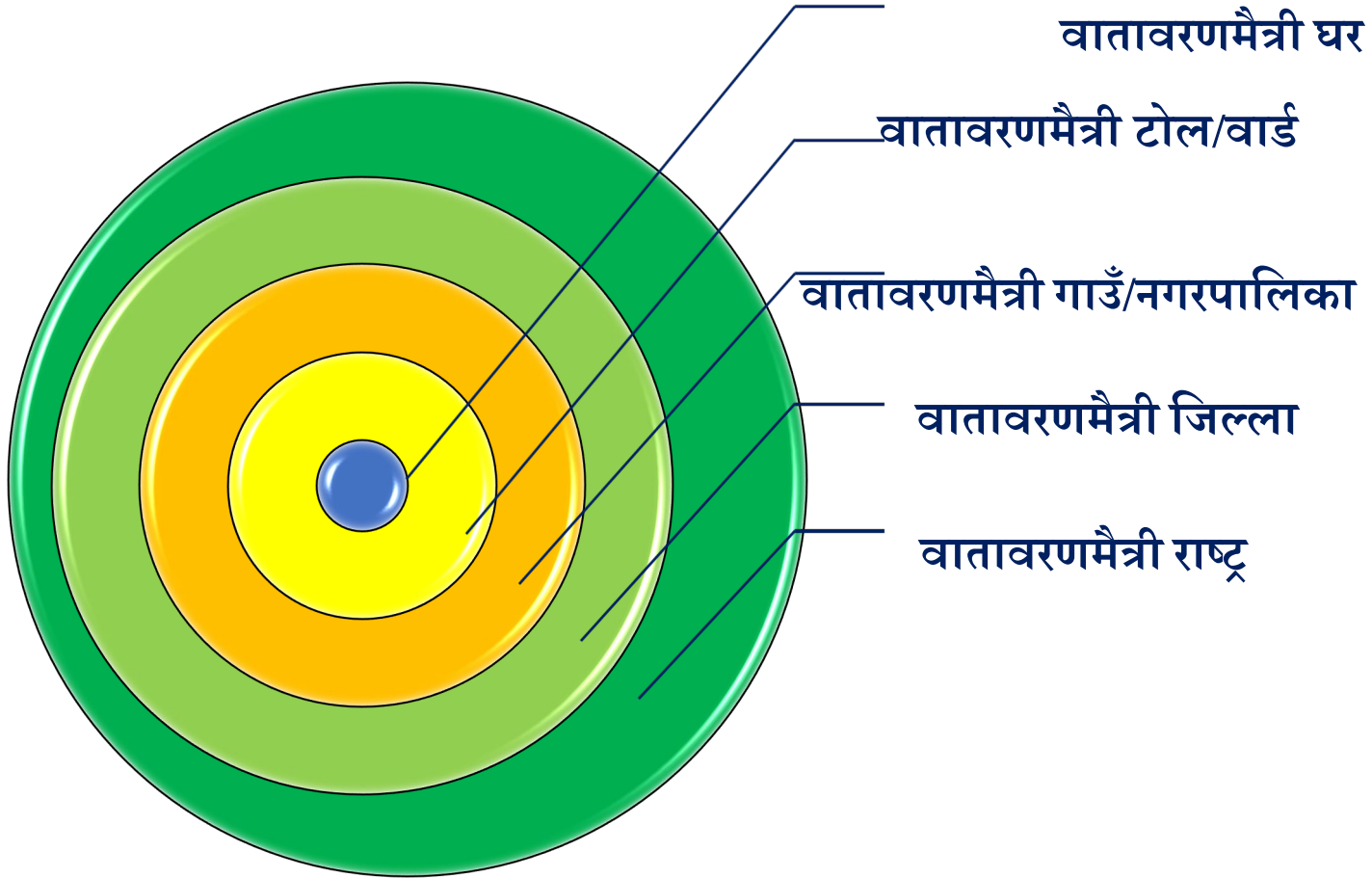
- सहभागीहरूलाई बिषयबस्तुको बारेमा प्रशिक्षण पूर्व जानकारी फाराम वितरण गर्ने ।
- उक्त फाराम कसरी भर्ने सबैलाई स्पष्ट पार्ने ।
- सबै सहभागीहरूबाट फाराम संकलन गरी सकेपछि यसबाट आएको नतिजालाई हामी प्रशिक्षणको अन्तमा गरिने जानकारीको नतिजासँग तुलना गर्नेछौं भन्ने ।

१० मिनेट

प्रशिक्षण पूर्व परीक्षण फाराम

| प्रशिक्षण – सिकाई क्रियाकलाप | अवधि मिनेट | प्रशिक्षण – सिकाई सामग्री | कैफियत |
|---|---------------|---|--------|
| <p>क्रियाकलाप ७ प्रशिक्षणको साधारण उद्देश्य, निर्दिष्ट उद्देश्यहरु, प्रशिक्षण विधि र प्रशिक्षण तालिका</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ प्रशिक्षणको बारेमा फलीप चार्टमा तयार पारेको प्रशिक्षणको साधारण उद्देश्य, निर्दिष्ट उद्देश्यबारे बताउने । ■ प्रशिक्षणका विधिहरु जानकारी गराउने । ■ प्रशिक्षण तालिकाको जानकारी तथा तालिका वितरण गर्ने। | १० मिनेट | ब्राउन पेपर, फलीप चार्ट, प्रशिक्षण तालिका | |
| <p>क्रियाकलाप ८ सत्र संक्षेपीकरण र अग्रसम्बन्ध</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ समग्र प्रशिक्षण सहभागितामूलक ढंगबाट अगाडि बढ्ने कुरा अवगत गराउने । ■ दोश्रो सत्र सम्बन्धी जानकारी गराउने। | ५ मिनेट | | |

हामी सक्छौं



धन्यवाद